



**GAMBARAN TINGKAT STRES
MAHASISWA DAN FAKTOR
PENYEBABNYA PADA *SKILL'S LAB*
PROSTODONSIA TAHAP SARJANA DI
FAKULTAS KEDOKTERAN GIGI
UNIVERSITAS BRAWIJAYA**

**SKRIPSI
UNTUK MEMENUHI
PERSYARATAN GELAR SARJANA**

**oleh :
Firman Yuwana Putra
145070407111010**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEDOKTERAN GIGI
FAKULTAS KEDOKTERAN GIGI
UNIVERSITAS BRAWIJAYA
MALANG
2018**

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

GAMBARAN TINGKAT STRES MAHASISWA DAN FAKTOR PENYEBABNYA PADA *SKILL'S LAB* PROSTODONSIA TAHAP SARJANA DI FAKULTAS KEDOKTERAN GIGI UNIVERSITAS BRAWIJAYA

Oleh :

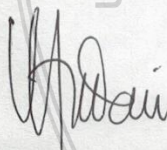
FIRMAN YUWANA PUTRA
145070407111010

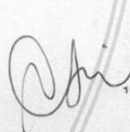
Telah diujikan di depan Majelis Penguji pada tanggal 24 september
2018 dan dinyatakan memenuhi syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana dalam Bidang Kedokteran Gigi

Menyetujui,

Pembimbing I

Pembimbing II





drg. Kartika Andari W, Sp.Pros
NIP. 197906112009122003

drg. Citra Insany I, M.Med.Ed.
NIP. 198606232015042001

Malang,
Mengetahui

Ketua Program Studi Sarjana Kedokteran Gigi
Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya



Drg. Yuliana Ratna Kumala, Sp.KG
NIP. 198004092008122004

PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI

Saya menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa sepanjang pengetahuan saya, di dalam naskah skripsi ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademik di suatu perguruan tinggi, dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dan daftar pustaka.

Apabila ternyata di dalam naskah disertasi ini dapat dibuktikan terdapat unsur-unsur plagiarasi, saya bersedia skripsi ini digugurkan dan gelar akademik yang telah saya peroleh SARJANA dibatalkan, serta diproses sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku (UU No.20 Tahun 2003, Pasal 25 ayat 2 dan Pasal 70).

Malang, 14 September 2018

Yang menyatakan,

Firman Yuwana Putra

145070407111010

ABSTRAK

Putra, Firman Yuwana. 2018. **Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Dan Faktor Penyebabnya Pada *Skill's Lab* Prostodonsia Tahap Sarjana Di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya.** Skripsi, Program Studi Sarjana Kedokteran Gigi, Fakultas Kedokteran Gigi, Universitas Brawijaya. Pembimbing: (1) Kartika Andari Wulan, drg., Sp.Pro. (2) Citra Insany Irgananda, drg., M.Med.Ed

Dokter gigi dan mahasiswa kedokteran gigi memiliki tingkat stres yang cukup tinggi. Kurikulum pembelajaran yang ada di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya berpotensi menimbulkan stres bagi mahasiswa salah satunya adalah *skill's lab* prostodonsia. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor penyebab stres mahasiswa dan mengidentifikasi tingkat stres mahasiswa saat melakukan *skill's lab* prostodonsia di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya. Penelitian ini mengambil subjek populasi seluruh mahasiswa Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya angkatan 2015 yang sudah menjalani *skill's lab* prostodonsia. Dalam pengumpulan sampel, peneliti menggunakan metode total sampling dan penelitian ini rancangan penelitian deskriptif kuantitatif. Pengambilan data menggunakan kuesioner *Dental Environment Stress* (DES) untuk mengukur suatu kegiatan yang dialami oleh mahasiswa tersebut memiliki potensi menimbulkan stres dan kuesioner DASS (*Depression, Anxiety And Stress Scales*) ini untuk mengukur tingkat depresi, kecemasan dan tingkat stres. Data dianalisa menggunakan analisis univariat. Hasil penelitian menunjukkan *skill's lab* prostodonsia di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya pada tahap sarjana berpotensi menimbulkan stres bagi mahasiswa pada kategori tingkat stres sedang dan tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa saat melakukan *skill's lab* prostodonsia termasuk dalam kategori tingkat stres sedang. Dalam penelitian ini dapat diketahui bahwa akomodasi tempat tinggal, faktor personal, suasana akademik dan lingkungan pembelajaran merupakan faktor penyebab stres mahasiswa saat melakukan *skill's lab* prostodonsia.

Kata kunci: mahasiswa Fakultas Kedokteran Gigi, *skill's lab* prostodonsia, stres.

ABSTRACT

Putra, Firman Yuwana. 2018. **Description of Student Stress Level and the Causing Factors of Prosthodontic Skill's Lab in Graduate Stage in Dental Faculty of Brawijaya University.** Thesis, Faculty of Dentistry, University of Brawijaya. Advisor: (1) Kartika Andari Wulan, drg., Sp.Pro. (2) Citra Insany Irgananda, drg., M.Med.Ed

Dentists and dental students have a high level of stress. The education curriculum in the Faculty of Dentistry Brawijaya University has potential to cause stress for dental students, for example prosthodontic skill's lab. This study aims to identify the factors that cause student stress and identify stress levels of dental students when performing prosthodontic skill's lab at the Faculty of Dentistry, University of Brawijaya. Subject for this study is all 2015 class students of the Faculty of Dentistry, University of Brawijaya, who have undergone prosthodontic skill's lab. In collecting samples, researchers used a total sampling method and this research was a quantitative descriptive research design. Data collection using the Dental Environment Stress (DES) questionnaire to measure an activity experienced by the student has the potential to cause stress and the DASS (Depression, Anxiety And Stress Scales) questionnaire to measure the level of depression, anxiety and stress levels. Data were analyzed using univariate analysis. The results showed that prosthodontic skill's lab at the Faculty of Dentistry, University of Brawijaya at the undergraduate stage has the potential to cause stress for students in the category of moderate stress levels and stress levels experienced by students while doing prosthodontic skill's lab classified as category of moderate stress levels. In this study, it can be seen that residential accommodation, personal factors, academic atmosphere and learning environment are the factors that caused stress for dental students when performing prosthodontic skill's lab.

Keyword: dental student, prosthodontic skill's lab, stress

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Halaman Pengesahan.....	ii
Pernyataan Orisinalitas Skripsi.....	iii
Abstrak	iv
<i>Abstract</i>	v
Daftar Isi.....	vi
Daftar Tabel.....	viii
Daftar Gambar	ix
Daftar Lampiran.....	x
 BAB I PENDAHULUAN	 1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.3.1 Tujuan Umum	3
1.3.2 Tujuan Khusus	3
1.4 Manfaat Penelitian	4
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	 5
2.1. Stres.....	5
2.1.1 Definisi Stres.....	5
2.1.2 Jenis Stres	6
2.1.3 Sumber Stres	6
2.1.4 Tahapan Stres.....	7
2.1.5 Reaksi Psikologi Stres.....	9
2.1.6 Faktor yang Mempengaruhi Penilaian Stres.....	9
2.1.7 Strategi Koping.....	10
2.1.8 Stres pada Profesi Tenaga Medis.....	12
2.1.9 Stres pada Mahasiswa Kedokteran Gigi.....	13
2.2 <i>Skill's Lab</i>	15
 BAB III KERANGKA KONSEP.....	 17
3.1 Kerangka Konsep	17
 BAB IV METODE PENELITIAN	 19
4.1 Rancangan Penelitian	19
4.2 Populasi dan Sampel	19

4.2.1	Populasi Penelitian.....	19
4.2.2	Sampel Penelitian.....	19
4.3	Variabel Penelitian	20
4.4	Instrument Penelitian	20
4.5	Tempat dan waktu Penelitian	20
4.6	Definisi Operasional.....	20
4.7	Uji Validitas dan Reliabilitas	22
4.7.1	Uji Validitas	22
4.7.2	Uji Reliabilitas	22
4.8	Pengolahan dan Analisis Data.....	23
4.8.1	Pengolahan Data.....	23
4.7.2	Analisis Data	23
4.9	Alur Penelitian	23
4.10	Kode Etik Penelitian	24
BAB V HASIL PENELITIAN DAN ANALISIS DATA		25
5.1	Gambaran Umum	25
5.2	Faktor Penyebab Stres saat <i>Skill's lab</i> Prostodonsia	26
5.3	Tingkat Stres saat <i>Skill's Lab</i> Prostodonsia	30
BAB VI PEMBAHASAN		35
6.1	Faktor Penyebab Stres saat <i>Skill's lab</i> Prostodonsia	35
6.2	Tingkat Stres saat <i>Skill's lab</i> Prostodonsia.....	39
BAB VII PENUTUP		43
7.1	Kesimpulan	43
7.2	Saran.....	43
DAFTAR PUSTAKA.....		45
LAMPIRAN.....		51

DAFTAR TABEL

No	Judul Tabel	
4.1	Kategori Tingkatan DASS.....	21
5.1	Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	25
5.2	Distribusi Responden Berdasarkan Usia.....	26
5.3	Distribusi Responden Berdasarkan Tempat Tinggal.....	26
5.4	Distribusi Frekuensi Potensi Skill's Lab Prostodonsia di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya dalam Menimbulkan Stres.....	27
5.5	Distribusi Frekuensi Potensi Skill's Lab Prostodonsia di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya dalam Menimbulkan Stres Berdasarkan Jenis Kelamin.....	28
5.6	Distribusi Frekuensi Tingkat Depresi, Kecemasan dan Stres pada Skill's Lab Prostodonsia di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya.....	31



DAFTAR GAMBAR

No	Judul Gambar	
2.1	Tingkat stres yang diderita oleh profesi dokter, penduduk Australia dan profesi lainnya	12
2.2	Tingkat depresi dari profesi dokter, penduduk Australia dan profesi lainnya.....	12
2.3	Tiga efek paling tinggi yang ditimbulkan oleh karena stres dan depresi yang diderita dipisahkan oleh kelompok usia.....	13
3.1	Skema kerangka konsep penelitian.....	17
4.1	Alur Penelitian.....	23
5.1	Frekuensi Potensi Skill's Lab Prostodonsia di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya dalam Menimbulkan Stres.....	27
5.2	Rata-rata Frekuensi Potensi Tingkat Stres pada Skill's Lab Prostodonsia di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya Berdasarkan Jenis Kelamin.....	28
5.3	Rata-rata potensi skill's lab prostodonsia dalam menimbulkan stres mahasiswa berdasarkan kategori stressor.....	29
5.4	Stressor tertinggi ditiap kategori stressor dalam menimbulkan stres mahasiswa saat melakukan skill's lab prostodonsia.....	30
5.5	Rata-rata Frekuensi Tingkat Depresi, Kecemasan dan Stres pada Skill's Lab Prostodonsia di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya.....	31
5.6	Rata-rata tingkat depresi, kecemasan dan stres mahasiswa saat melakukan skill's lab prostodonsia di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya berdasarkan jenis kelamin.....	32
5.7	Rata-rata Frekuensi Tingkat Depresi, Kecemasan dan Stres pada Skill's Lab Prostodonsia di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya berdasarkan Tempat Tinggal.....	33

DAFTAR LAMPIRAN

No.	Judul Lampiran	
Lampiran 1	Pernyataan Keaslian Tulisan.....	51
Lampiran 2	Kuisisioner.....	52
Lampiran 3	Penjelasan Penelitian.....	58
Lampiran 4	<i>Informed Consent</i>	59
Lampiran 5	Dokumentasi Penelitian.....	60
Lampiran 6	Uji Reliabilitas.....	62
Lampiran 7	Hasil Penelitian.....	63
Lampiran 8	Keterangan Kelaikan Etik.....	66



ABSTRAK

Putra, Firman Yuwana. 2018. **Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Dan Faktor Penyebabnya Pada *Skill's Lab* Prostodonsia Tahap Sarjana Di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya.** Skripsi, Program Studi Sarjana Kedokteran Gigi, Fakultas Kedokteran Gigi, Universitas Brawijaya. Pembimbing: (1) Kartika Andari Wulan, drg., Sp.Pro. (2) Citra Insany Irgananda, drg., M.Med.Ed

Dokter gigi dan mahasiswa kedokteran gigi memiliki tingkat stres yang cukup tinggi. Kurikulum pembelajaran yang ada di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya berpotensi menimbulkan stres bagi mahasiswa salah satunya adalah *skill's lab* prostodonsia. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor penyebab stres mahasiswa dan mengidentifikasi tingkat stres mahasiswa saat melakukan *skill's lab* prostodonsia di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya. Penelitian ini mengambil subjek populasi seluruh mahasiswa Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya angkatan 2015 yang sudah menjalani *skill's lab* prostodonsia. Dalam pengumpulan sampel, peneliti menggunakan metode total sampling dan penelitian ini rancangan penelitian deskriptif kuantitatif. Pengambilan data menggunakan kuesioner *Dental Environment Stress* (DES) untuk mengukur suatu kegiatan yang dialami oleh mahasiswa tersebut memiliki potensi menimbulkan stres dan kuesioner DASS (*Depression, Anxiety And Stress Scales*) ini untuk mengukur tingkat depresi, kecemasan dan tingkat stres. Data dianalisa menggunakan analisis univariat. Hasil penelitian menunjukkan *skill's lab* prostodonsia di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya pada tahap sarjana berpotensi menimbulkan stres bagi mahasiswa pada kategori tingkat stres sedang dan tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa saat melakukan *skill's lab* prostodonsia termasuk dalam kategori tingkat stres sedang. Dalam penelitian ini dapat diketahui bahwa akomodasi tempat tinggal, faktor personal, suasana akademik dan lingkungan pembelajaran merupakan faktor penyebab stres mahasiswa saat melakukan *skill's lab* prostodonsia.

Kata kunci: mahasiswa Fakultas Kedokteran Gigi, *skill's lab* prostodonsia, stres.

ABSTRACT

Putra, Firman Yuwana. 2018. **Description of Student Stress Level and the Causing Factors of Prostodontia Skill's Lab in Graduate Stage in Dental Faculty of Brawijaya University**. Thesis, Faculty of Dentistry, University of Brawijaya. Advisor: (1) Kartika Andari Wulan,drg.,Sp.Pro. (2) Citra Insany Irgananda, drg.,M.Med.Ed

Dentists and dental students have a high level of stress. The education curriculum in the Faculty of Dentistry Brawijaya University has potential to cause stress for dental students, for example prosthodontic skill's lab. This study aims to identify the factors that cause student stress and identify stress levels of dental students when performing prosthodontic skill's lab at the Faculty of Dentistry, University of Brawijaya. Subject for this study is all 2015 class students of the Faculty of Dentistry, University of Brawijaya, who have undergone prosthodontic skill's lab. In collecting samples, researchers used a total sampling method and this research was a quantitative descriptive research design. Data collection using the Dental Environment Stress (DES) questionnaire to measure an activity experienced by the student has the potential to cause stress and the DASS (Depression, Anxiety And Stress Scales) questionnaire to measure the level of depression, anxiety and stress levels. Data were analyzed using univariate analysis. The results showed that prosthodontic skill's lab at the Faculty of Dentistry, University of Brawijaya at the undergraduate stage has the potential to cause stress for students in the category of moderate stress levels and stress levels experienced by students while doing prosthodontic skill's lab classified as category of moderate stress levels. In this study, it can be seen that residential accommodation, personal factors, academic atmosphere and learning environment are the factors that caused stress for dental students when performing prosthodontic skill's lab.

Keyword: dental student, prosthodontic skill's lab, stress

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Stres adalah istilah yang sangat luas yang digunakan untuk menggambarkan berbagai kondisi psikologis (Hawazin, 2012). Stres dapat juga didefinisikan sebagai sebuah reaksi terhadap perubahan yang membutuhkan penyesuaian atau respon emosional, fisik, dan juga mental. Penyebab terbesar yang diduga menimbulkan stres adalah sesuatu hal yang berhubungan dengan pekerjaan (Gregson, 2007).

Profesi kedokteran dan kedokteran gigi dianggap sangat penuh tekanan. Dokter menderita tingkat stres yang sangat tinggi bahkan bila dibandingkan dengan profesi kesehatan lainnya (Alzahem et al, 2011). Dokter gigi dikenal sebagai profesi yang sangat berpotensi menyebabkan stres. Suatu penelitian cross sectional mengindikasikan bahwa lebih dari 10% dokter gigi mengalami burn out yang sangat tinggi, salah satu akibat yang mungkin muncul karena stres dalam pekerjaan yang berkepanjangan serta dapat beresiko memiliki kesehatan yang buruk dan lebih cenderung pada tingkah laku yang tidak sehat sehingga pertahanan terhadap stres menurun (Kilbom et al, 2006). Mahasiswa di semua perguruan tinggi juga sangat rentan terhadap masalah psikologis karena berbagai tekanan dan tuntutan terhadap pendidikan mereka (Tosevski et al, 2010). Hal ini terutama terjadi pada mahasiswa kesehatan yang menghadapi tantangan tambahan (misalnya, memberikan perawatan untuk pasien, termasuk melakukan perawatan yang dapat menyebabkan kerusakan jika dilakukan secara tidak tepat) dibandingkan dengan mahasiswa jurusan lainnya (Schmitter et al, 2008).

Sebuah penelitian yang dilakukan Hawazin (2012) di Universitas McGill, Montreal, Canada menunjukkan bahwa sebanyak 142 mahasiswa kedokteran memiliki tingkat stres dari sedang hingga tinggi sepanjang satu tahun atau 2 semester penelitian. Sebuah organisasi kesehatan mental di Australia yang bernama BeyondBlue mewancarai lebih dari 14.000 dokter dan mahasiswa kedokteran tahun pertama hingga keempat. Studi ini mendapati, satu dari lima mahasiswa dan satu dari sepuluh dokter pernah mempunyai

pikiran untuk bunuh diri. Hampir 4% dokter mengalami stres psikologis tingkat tinggi. Angka ini jauh lebih tinggi dari komunitas pada umumnya (Ireland, 2013).

Sebuah studi longitudinal yang dilakukan pada mahasiswa kedokteran gigi di Faculty of Health Sciences, Rey Juan Carlos University Spanyol, diketahui bahwa tingkat stres yang dilaporkan berhubungan negatif dengan kinerja akademis mereka sebelum dan selama sekolah kedokteran (Antonio et al, 2016). Penelitian dengan mahasiswa kedokteran gigi telah menghasilkan temuan yang sebanding. Silverstein dan Kritz-Silverstein pada tahun 2010, misalnya, menemukan bahwa stres meningkat dari waktu ke waktu untuk mahasiswa kedokteran gigi di tahun pertama, dengan efek negatif pada kinerja akademis dan kesehatan. Salah satu kejadian yang memicu stres selama menjalani pendidikan kedokteran gigi, misalnya mahasiswa merasakan bahwa ujian adalah sesuatu hal yang sangat menegangkan (Antonio et al, 2016). Menurut Carlson (2004) akibat dari stress yang berkepanjangan dapat merusak setiap area tubuh.

Nilai *Skill's lab* merupakan salah satu hasil dari metode yang digunakan untuk mengukur kemampuan klinis seorang peserta didik. Pada saat *skill's lab*, biasanya tenaga pendidik membuat suatu check list yang berisi poin-poin kegiatan yang harus dilakukan oleh peserta didik, yang akan menjadi nilai *skill's lab* dari seorang peserta didik (Epstein, 2007). Bila nilai akhir *skill's lab* belum lulus, maka dilakukan remedial sampai lulus (Ballard dan Bates, 2008). Salah satu faktor yang mempengaruhi belum lulusnya mahasiswa dalam *skill's lab* adalah stres, karena stres pada mahasiswa kedokteran gigi dapat mengakibatkan turunya prestasi akademik hingga tidak terpenuhinya kompetensi yang harus dipelajari (Guthrie, 2010).

Suasana pembelajaran di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya tidak luput dari potensi untuk menimbulkan stres bagi mahasiswa. Kurikulum pembelajaran yang ada di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya antara lain terdiri dari kegiatan perkuliahan diskusi kelompok, PBL/CBL, *project based learning* serta *skill's lab*. Dalam sebuah penelitian yang dilakukan oleh Divaris et al (2012), sekitar 58% mahasiswa kedokteran gigi pasca sarjana merasakan spesialisasi prostodontik sebagai spesialisasi yang memiliki tuntutan tertinggi dan di sisi lain, ortodontik dianggap

sebagai spesialisasi dengan tuntutan terendah. Penelitian yang dilakukan oleh Sukotjo et al (2008) mengemukakan bahwa 60% mahasiswa program pendidikan spesialis prostodonsia di Harvard School of Dental Medicine merasa stres selama pengerjaan FPs (complete dentures) dan CDs (removable partial dentures) karena disebabkan oleh pembelajaran FPs dan CDs membutuhkan waktu yang terlama. Jika stres tidak segera ditangani maka akan menimbulkan masalah kesehatan yang serius pada individu yang mengalaminya (Suliswati, 2005). Oleh karena itu stres adalah permasalahan penting yang harus segera ditangani.

Berdasarkan penjelasan diatas, mahasiswa kedokteran gigi diduga memiliki tingkat stres yang cukup tinggi saat melakukan *skill's lab* prostodonsia. Oleh karena itu, peneliti ingin mengetahui gambaran faktor penyebab stres mahasiswa pada *skill's lab* prostodonsia tahap sarjana di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya.

1.2 Rumusan Masalah

1. Seberapa tinggi tingkat stres mahasiswa selama pelaksanaan *skill's lab* prostodonsia di tahap sarjana Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya?
2. Apakah faktor penyebab stres mahasiswa selama pelaksanaan *skill's lab* prostodonsia di tahap sarjana Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui potensi pelaksanaan *skill's lab* prostodonsia dalam menimbulkan stres pada mahasiswa tahap sarjana di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi faktor penyebab stres pada mahasiswa saat melakukan *skill's lab* prostodonsia di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya dalam menimbulkan stres pada mahasiswa.
2. Mengidentifikasi tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa saat melakukan *skill's lab* prostodonsia di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Bagi Akademisi

Menambah wawasan ilmiah kepada para pendidik khususnya di bidang prostodonsia mengenai gambaran faktor penyebab stres mahasiswa selama melaksanakan *skill's lab* prostodonsia tahap sarjana di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya.

2. Bagi Praktisi

Bermanfaat khususnya bagi DEU (Dental Education Unit) dan departemen prostodonsia dalam merancang metode pembelajaran *skill's lab* yang tidak berpotensi menimbulkan stres pada mahasiswa di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya.



BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Stres

2.1.1 Definisi Stres

Menurut Hans Selye (1976) stres merupakan respon tubuh yang tidak bersifat spesifik terhadap setiap tuntutan atau beban atasnya. Sedangkan menurut American Institute of Stress (2010), tidak ada definisi yang pasti untuk stres karena setiap individu akan memiliki reaksi yang berbeda terhadap stres yang sama dan juga stres bagi seorang individu belum tentu stres bagi individu yang lain.. Berdasarkan pengertian tersebut dapat diartikan stres timbul apabila seorang mengalami beban atau tugas yang berat tetapi orang tersebut tidak dapat mengatasi tugas yang dibebankan itu, maka tubuh akan merespon dengan ketidakmampuan dalam menyelesaikan tugas tersebut, sehingga orang tersebut dapat mengalami stres. Secara terminologi, arti dari stres adalah adanya ketidakcocokan antara tuntutan tuntutan yang dihadapi dengan kemampuan yang dimiliki oleh individu (Gregson, 2007).

Persepsi terhadap stres sebenarnya berasal dari perasaan marah ataupun juga takut. Perasaan ini dapat ditunjukkan dalam sikap frustrasi, iri, tidak ramah, tidak sabar, bimbang, rasa bersalah, cemas dan khawatir (Rosch, 2014). Menurut Dougall & Baum, 2001 (dalam Sarafino, 2006) terdapat tiga pendekatan untuk menentukan definisi stres, yaitu:

1. Pendekatan yang berfokus pada lingkungan, stres dilihat sebagai stimulasi yaitu kondisi ketika suatu pekerjaan menuntut kemampuan tertentu dari seseorang atau pengalaman yang menyedihkan seperti kehilangan salah satu anggota keluarga.
2. Pendekatan berfokus pada reaksi individu, stres dilihat sebagai sebuah respon. Respon bisa berupa respon psikologis seperti pola-pola pemikiran, emosi seperti kecemasan dan respon fisik seperti meningkatkan detak jantung.
3. Pendekatan berfokus pada individu dan lingkungan, stres dilihat tidak hanya sebagai stimulus dan respon tetapi lebih sebagai proses. Stres adalah sebuah proses (baik stimulus maupun respon) dimana

seseorang berada dalam situasi yang penuh tekanan atau tidak menyenangkan sehingga mengganggu keadaan psikologis dan fisiknya.

2.1.2 Jenis Stres

Stres memiliki efek negatif, tetapi kadang-kadang stres dapat memiliki efek positif yang menguntungkan kesehatan. Stres terbagi atas dua tipe yaitu distress dan eustress. Distress adalah stres yang merugikan dan memiliki efek negatif terhadap tubuh kita sedangkan eustress adalah stres positif yang menguntungkan kesehatan (Pinel, 2009). Menurut National Safety Council dalam Manajemen stres (1994), Eustress adalah bentuk stres yang mendorong tubuh untuk beradaptasi dan meningkatkan kemampuan untuk beradaptasi serta ketika tubuh mampu menggunakan stres yang dialami untuk membantu melewati sebuah hambatan dan meningkatkan performa, stres tersebut bersifat positif, sehat, dan menantang. Di sisi lain, distress adalah bentuk stres yang melebihi kemampuan untuk mengatasinya, membebani tubuh, dan menyebabkan masalah fisik atau psikologis serta ketika seseorang mengalami distress, orang tersebut akan cenderung bereaksi secara berlebihan, bingung, dan tidak dapat berperforma secara maksimal.

Menurut Brech Grand (2000), stres ditinjau dari penyebabnya dapat dibedakan menjadi 2 macam, yaitu :

1. Penyebab makro, yaitu menyangkut peristiwa besar dalam kehidupan seperti perceraian, pensiun, luka batin, kematian dan kebangkrutan.
2. Penyebab mikro, yaitu menyangkut peristiwa kecil sehari-hari seperti pertengkaran, antri, macet, dan beban pekerjaan.

2.1.3 Sumber stres

Stresor adalah variabel yang dapat diidentifikasi sebagai penyebab timbulnya stres. Sumber stres dapat berasal dari dalam tubuh dan luar tubuh. Stres terjadi apabila stresor tersebut dirasakan dan dipersepsikan sebagai ancaman sehingga menimbulkan kecemasan yang merupakan awal dari gangguan kesehatan fisik dan psikologis (Rasman, 2004). Menurut Lahey (2007) terdapat beberapa stresor utama yang dapat menyebabkan stres antara lain:

1. Frustrasi atau frustrasi terjadi ketika suatu tujuan atau motif seseorang tidak terpenuhi atau terpuaskan.

2. Pressure atau tekanan merupakan stres yang muncul karena disebabkan oleh ancaman kejadian negatif. Biasanya dialami oleh mahasiswa dan juga karyawan, dimana mereka dituntut untuk selalu memiliki performa yang baik dalam ujian dan pekerjaan dan jika tidak memiliki performa yang baik maka mereka dianggap gagal.
3. Life events atau peristiwa-peristiwa dalam kehidupan, baik yang bersifat negatif maupun positif, seperti kriminalitas, pemerkosaan, kekerasan, bencana alam, terorisme dan pertengkar.
4. Environmental Conditions atau kondisi lingkungan seperti suhu ruangan, kebisingan, polusi udara serta kelembapan dapat menyebabkan seseorang menjadi stres.
5. Conflict atau konflik merupakan keadaan dimana seseorang individu tidak dapat memenuhi tujuan karena adanya gangguan dari orang lain.

2.1.4 Tahapan stres

Menurut Robert J. Van Amberg (1979) yang dikemukakan oleh Dadang Hawari (2001) bahwa tahapan stres sebagai berikut :

1. Stres tahap pertama, yaitu stres yang paling ringan dan biasanya disertai dengan semangat besar dalam bekerja dan berlebihan, mampu menyelesaikan pekerjaan tanpa memperhitungkan tenaga yang dimiliki dan penglihatan menjadi tajam.
2. Stres tahap kedua, yaitu stres yang mulai timbul keluhan dikarenakan cadangan tenaga atau energi sudah tidak memadai. Misalnya, saat bangun pagi tidak segar atau letih, lekas capek pada saat menjelang sore hari, tidak dapat rileks dan jantung berdebar.
3. Stres tahap ketiga, yaitu tahapan stres dengan keluhan, seperti defekasi tidak teratur, otot semakin tegang, emosional, insomnia, sulit tidur kembali dan terasa jatuh pingsan.
4. Stres tahap keempat, yaitu tahapan stres dengan keluhan, seperti sudah tidak mampu untuk bekerja sepanjang hari, kegiatan yang semula menyenangkan menjadi lebih sulit, kemampuan konsentrasi menurun tajam, kegiatan rutin terganggu, tidur semakin sukar, mimpi-mimpi menegangkan dan seringkali terbangun dini hari.
5. Stres tahap kelima, tahapan yang sudah menunjukkan keadaan yang lebih buruk. Tahapan stres ini ditandai dengan kelelahan fisik dan mental, mengerjakan pekerjaan ringan terasa berat, gangguan sistem pencernaan, meningkatnya rasa takut dan cemas, panik dan bingung.

6. Stres tahap keenam, tahapan yang merupakan puncak serta merupakan keadaan darurat karena sudah menunjukkan tanda-tanda seperti jantung berdebar keras, sesak nafas, dingin, badan gemetar, keluar keringat dingin serta bisa menyebabkan collaps.

Tahapan stres menurut Selye yang memperkenalkan model stres atau lebih dikenal sebagai General Adaptation Syndrome atau disingkat dengan istilah GAS terdapat tiga tahapan stres (Rice, 2012). Tiga tahapan stres respons, yaitu (1) alarm (tanda bahaya), (2) resistance (perlawanan), dan (3) exhaustion (kelelahan). Tahapan pertama stres respons dalam GAS adalah alarm. Alarm merupakan suatu kondisi yang tidak diinginkan dan terjadi ketika ada perbedaan antara kenyataan yang sedang terjadi dan situasi yang diharapkan (Ursin & Eriksen, 2004). Seperti pada saat mahasiswa kedokteran di akhir semester yang melihat hasil penelitan yang kadangkala tidak sesuai ekspektasi atau harapan (Amin et al, 2009). Sebagai akibatnya, tubuh menerima rangsangan dan secara alami mengaktifkan reaksi flight-or-fight karena adanya kondisi yang berpotensi mengancam kestabilan kondisi tubuh (Lyon, 2012). Pada tahap pertama ini akan timbul seperti sakit di dada, jantung berdebar-debar, sakit kepala, disfagia (kesulitan menelan), kram, dan lain sebagainya (Rice, 2012).

Tahapan kedua dari GAS adalah resistance (perlawanan). Perlawanan terjadi saat alarm tidak berakhir atau terus menerus berlangsung. Dampaknya, kekuatan fisikpun dikerahkan untuk melanjutkan kerusakan-kerusakan karena rangsangan yang membahayakan sedang menyerang (Lyon, 2012). Peristiwa ini terjadi karena pada tahap kedua terjadi konflik dengan tahap pertama (Rice, 2012). Oleh karena itu, selama proses perlawanan di tahap resistance ada kemungkinan akan timbulnya penyakit, seperti radang sendi, kanker, dan hipertensi (Lyon, 2012).

Berdasarkan GAS, di tahap ketiga ini tubuh sudah merasakan exhaustion (kelelahan) (Lyon, 2012). Kondisi ini dikarenakan tubuh benar-benar tidak sanggup lagi mengadakan perlawanan terhadap sumber stres. Atau dengan kata lain, tubuh sudah menyerah karena kehabisan kemampuan untuk menghadapi serangan yang mengancam. Oleh karena itu, pada tahap ketiga ini, menurut Lyon (2012) dan Rice (2012) organ-organ tubuh bisa berhenti berfungsi atau bisa mengakibatkan kematian pada seseorang.

2.1.5 Reaksi Psikologis Stres

Menurut Atkinso et al (1993), terdapat beberapa macam reaksi seseorang secara psikologis dalam menghadapi sebuah stressor, yaitu :

1. Anxiety (Kecemasan)

Merupakan emosi yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan munculnya khawatir, ketegangan/ tertekan, ketakutan yang akan terjadi. Tanda-tanda ini dapat dialami setiap sesorang dalam derajat yang berbeda-beda.

2. Anger and agression (Kemarahan dan agresi)

Merupakan reaksi psikologis berupa kemarahan yang disertai dengan perilaku agresi ketika indivisu mengalami frustrasi. Biasanya perilaku agresi ini menyerang orang-orang yang tidak bersalah dan objek yang ada disekitarnya menjadi tempat pelampiasan.

3. Apathy and depression (ketidakberdayaan dan depresi)

Merupakan reaksi psikologis berupa menarik diri dan merasa tidak berdaya menghadapi peristiwa-peristiwa yang tidak terkontrol. Jika individu tidak berhasil melakukan coping stress, maka dapat memperdalam keadaan individu tersebut ke dalam depresi.

4. Cognitive Impairment (penurunan fungsi kognitif)

Merupakan reaksi psikologis akibat stres yang ditandai dengan sulitnya untuk berkonsentrasi, sulit untuk berpikir logis, dan pemikiran yang mudah teralihkan atau terganggu oleh kinerja mereka dalam melakukan tugas-tugas seperti tugas yang kompleks.

2.1.6 Faktor yang Mempengaruhi Penilaian Terhadap Stres

Lahey (2007) mengemukakan bahwa terdapat berbagai macam ekspresi atau tindakan yang dilakukan seseorang saat menghadapi sebuah stressor. Perbedaan sikap dalam menghadapi stres tersebut dipengaruhi oleh beberapa hal sebagai berikut :

1. Faktor perkembangan.

Usia terhadap perkembangan mempengaruhi dampak dari stres yang dialami.

2. Pengalaman menghadapi stres.

Orang yang sudah terbiasa dengan situasi yang menimbulkan stres akan memiliki stres yang rendah dibanding orang yang belum pernah dihadapkan dengan situasi yang menimbulkan stres.

3. Predictability and control.

Peristiwa yang menyebabkan stres lebih rendah adalah peristiwa yang dapat diprediksi dan dikontrol oleh individu.

4. Dukungan sosial.

Dukungan sosial dari anggota keluarga dan teman dekat berfungsi untuk meningkatkan kemampuan untuk melawan stres.

2.1.7 Strategi Koping

Strategi koping adalah usaha individu untuk mengatasi masalah atau tekanan yang datang dan bagaimana individu tersebut menyelesaikannya. Mekanisme koping berdasarkan penggolongan dibagi menjadi 3 (Stuart and Laraia, 2005):

1. Koping yang berpusat pada masalah (Problem Focused Coping Mechanisms)

Mekanisme koping berpusat pada masalah diarahkan untuk mengurangi tuntutan-tuntutan situasi yang menimbulkan stress atau mengembangkan sumber daya untuk mengatasinya. Hal-hal yang berhubungan dengan mekanisme koping yang berpusat pada masalah adalah :

a. Koping konfrontasi,

menggambarkan usaha-usaha untuk mengubah keadaan atau masalah secara agresif, juga menggambarkan tingkat kemarahan serta pengambilan resiko.

b. Isolasi,

individu berusaha menarik diri dari lingkungan atau tidak mautahu masalah yang dihadapi.

c. Kompromi,

menggambarkan usaha untuk mengubah keadaan secara hati hati, meminta bantuan dan kerjasama dengan keluarga dan teman kerja atau mengurangi keinginannya lalu memilih jalan tengah.

2. Koping yang berpusat pada kognitif (Cognitively Focused Coping Mechanisms).

Dimana seseorang berusaha untuk mengontrol masalah dan menyelesaikannya. Contohnya termasuk perbandingan yang positif, ketidaktahuan memilih, penggantian penghargaan, dan devaluasi dari keinginan akan tujuan.

3. Koping yang berpusat pada emosi (Emotion Focused Coping Mechanisms)

Koping ini mengarah pada usaha reduksi, pembatasan/ menghilangkan atau toleransi stress subjective (somatis, motori atau

afektif) dari stress emosional yang muncul karena adanya transaksi dengan lingkungan yang menyulitkan. Jenis-jenis mekanisme koping yang berpusat pada emosi adalah :

a. Denial

Menolak masalah dengan mengatakan hal tersebut tidak terjadi pada dirinya.

b. Rasionalisasi

Menggunakan alasan yang dapat diterima oleh akal dan diterima oleh orang lain untuk menutupi ketidakmampuan dirinya. Dengan rasionalisasi kita tidak hanya dapat membenarkan apa yang kita lakukan, tetapi juga merasa sudah selayaknya berbuat demikian secara adil.

c. Kompensasi

Menunjukkan tingkah laku untuk menutupi ketidakmampuan dengan menonjolkan sifat yang baik, karena frustrasi dalam suatu bidang maka dicari kepuasan secara berlebihan dalam bidang lain. Kompensasi timbul karena adanya perasaan kurang mampu.

d. Represi

Yaitu dengan melupakan masa-masa yang tidak menyenangkan dari ingatannya dan hanya mengingat waktu-waktu yang menyenangkan.

e. Sublimasi

yaitu mengekspresikan atau menyalurkan perasaan, bakat, atau kemampuan dengan sikap positif.

f. Identifikasi

yaitu meniru cara berfikir, ide dan tingkah laku orang lain.

g. Regresi

yaitu sikap seseorang yang kembali ke masa lalu atau bersikap seperti anak kecil.

h. Proyeksi

yaitu menyalahkan orang lain atas kesulitannya sendiri atau melampiaskan kesalahannya kepada orang lain.

i. Konversi

yaitu mentransfer reaksi psikologi ke gejala fisik.

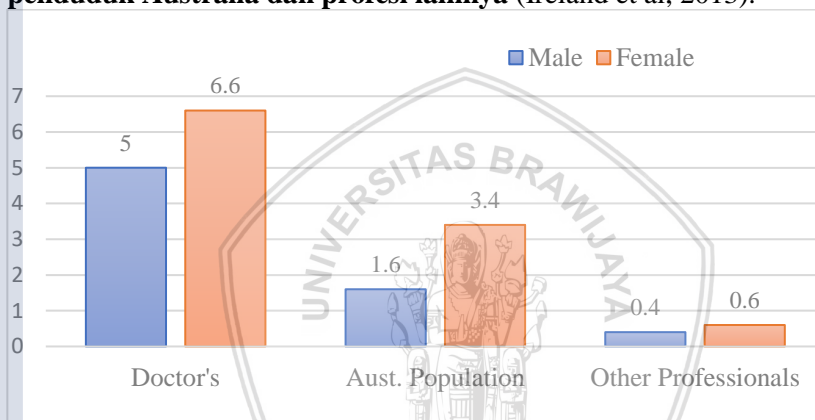
j. Displacement

yaitu reaksi emosi terhadap seseorang kemudian diarahkan kepada orang lain.

2.1.8 Stres Pada Profesi Tenaga Medis

Sebuah Organisasi bernama Beyondblue yang bergerak dalam penelitian yang berhubungan dengan depresi dan kecemasan melakukan survey pada sebanyak 12.252 dokter dan 1.811 mahasiswa medis di Australia. Penelitian pertama yang dilakukan adalah membandingkan tingkat stres psikologis seseorang dokter dengan profesi lainnya. Penelitian didapatkan sebagai berikut :

Gambar 2.1 : Tingkat stres yang diderita oleh profesi dokter, penduduk Australia dan profesi lainnya (Ireland et al, 2013).



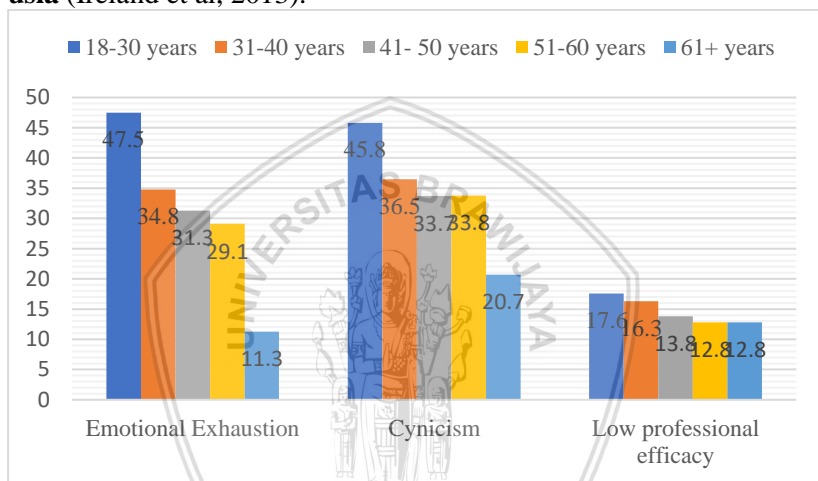
Penelitian kedua diadakan untuk mengetahui perbandingan tingkat depresi dari profesi dokter, penduduk Australia dan profesi lainnya.

Gambar 2.2 : Tingkat depresi dari profesi dokter, penduduk Australia dan profesi lainnya (Ireland et al, 2013).



Sebanyak kurang lebih 21% dokter melaporkan pernah menderita atau pernah menjalani terapi oleh karena depresi. Sebanyak 6% dari dokter melaporkan bahwa mereka sedang dalam masa terapi pada saat menjadi responden. Penelitian selanjutnya bertujuan untuk mengetahui efek dari stres dan depresi yang diderita seorang dokter dalam pekerjaan sehari-hari.

Gambar 2.3 : Tiga efek paling tinggi yang ditimbulkan oleh karena stres dan depresi yang diderita dipisahkan oleh kelompok usia (Ireland et al, 2013).



Mahasiswa kedokteran gigi yang berjenis kelamin perempuan mengalami tingkat stres yang lebih tinggi daripada mahasiswa laki-laki. Sumber stres yang paling umum telah dilaporkan oleh responden adalah kebutuhan untuk menyeimbangkan antara pekerjaan dan kehidupan personal (6.8%). Sumber lainnya adalah terlalu banyak pekerjaan yang diberikan (25%), waktu kerja yang panjang (19,5%) dan rasa takut membuat kesalahan (18,7%) (Said D, 2013).

2.1.9 Stres Pada Mahasiswa Kedokteran Gigi

Mahasiswa disemua perguruan tinggi sangat rentan terhadap masalah psikologis karena berbagai tekanan dan tuntutan terhadap pendidikan mereka (Tosevski et al, 2010). Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Kellner et al (1986) menunjukkan bahwa stres sangat melekat pada mahasiswa kedokteran. Hal ini terutama terjadi pada mahasiswa kesehatan yang menghadapi tantangan tambahan

(misalnya, memberikan perawatan untuk pasien, termasuk melakukan perawatan yang dapat menyebabkan kerusakan jika dilakukan secara tidak tepat) dibandingkan dengan mahasiswa di jurusan lainnya (Schmitter et al, 2008).

Tingkat stres yang tinggi pada dokter gigi dimulai sejak sekolah di kedokteran gigi dan memiliki manifestasi yang berbeda tergantung lama pembelajarannya (Polychronopoulou & Divaris, 2010). Berdasarkan penelitian Murphy et al (2009) yang dilakukan kepada 115 mahasiswa kedokteran gigi dan 120 mahasiswa kedokteran di Temple University, Philadelphia, USA, menunjukkan bahwa tingkat stres pada mahasiswa kedokteran gigi (skor 2,38) lebih tinggi dibandingkan mahasiswa kedokteran (skor 1,87). Penelitian yang dilakukan Mehdizadeh et al (2014) dengan menggunakan kuisioner DES pada 199 mahasiswa kedokteran gigi di School of Dentistry Universitas Babol Iran, bahwa pembelajaran pada departemen Prostodonsia menyebabkan tingkat stres tertinggi pada mahasiswa kedokteran gigi tahap sarjana dengan skor rata-rata 2,6. Sebagian besar 60% mahasiswa program pendidikan spesialis prostodonsia di Harvard School of Dental Medicine merasa stres selama FPs (complete dentures) dan CDs (removable partial dentures) karena disebabkan oleh pembelajaran FPs dan CDs membutuhkan waktu yang terlalu lama (Sukotjo et al, 2008).

Stres yang dirasakan di antara mahasiswa kedokteran gigi juga disebabkan oleh faktor-faktor seperti ketakutan akan kegagalan, lingkungan pembelajaran, beban kerja akademik dan klinis, tidak tersedianya bahan untuk studi dan pelatihan klinis, tekanan kinerja, dan kepercayaan diri (Amin et al, 2009). Menurut Hawazin et al (2012) sumber tingkat stres tinggi pada mahasiswa prelinik kedokteran gigi adalah "faktor akademik" (92,5%), serta faktor lingkungan (45%). Namun, 50% mahasiswa menyebutkan bahwa "faktor pribadi" menjadi stressor terlemah (Hawazin et al, 2012). Selain itu, penelitian yang dilakukan di School of Dentistry Universitas Babol Iran bahwa hubungan mahasiswa dengan instruktur juga menyebabkan tingkat stres yang tinggi dengan skor 2,63 (Mehdizadeh et al, 2014). Telah dilaporkan bahwa mahasiswa pada tahap sarjana menunjukkan tingkat stres tinggi cenderung menunjukkan nilai yang lebih rendah untuk kompetensi klinis dan pemahaman kontekstual (Amin et al, 2009). Penelitian yang dilakukan

di Universitas Jordan, penyebab kelelahan emosional tinggi mungkin terkait dengan tekanan belajar, ujian, kompetisi dan pemenuhan persyaratan klinis minimal (Amin et al, 2009). Hal ini juga sejalan dengan yang diungkapkan oleh Guthrie (2010) bahwa stres pada mahasiswa kedokteran gigi dapat mengakibatkan turunnya prestasi akademik hingga tidak terpenuhinya kompetensi yang harus dipelajari.

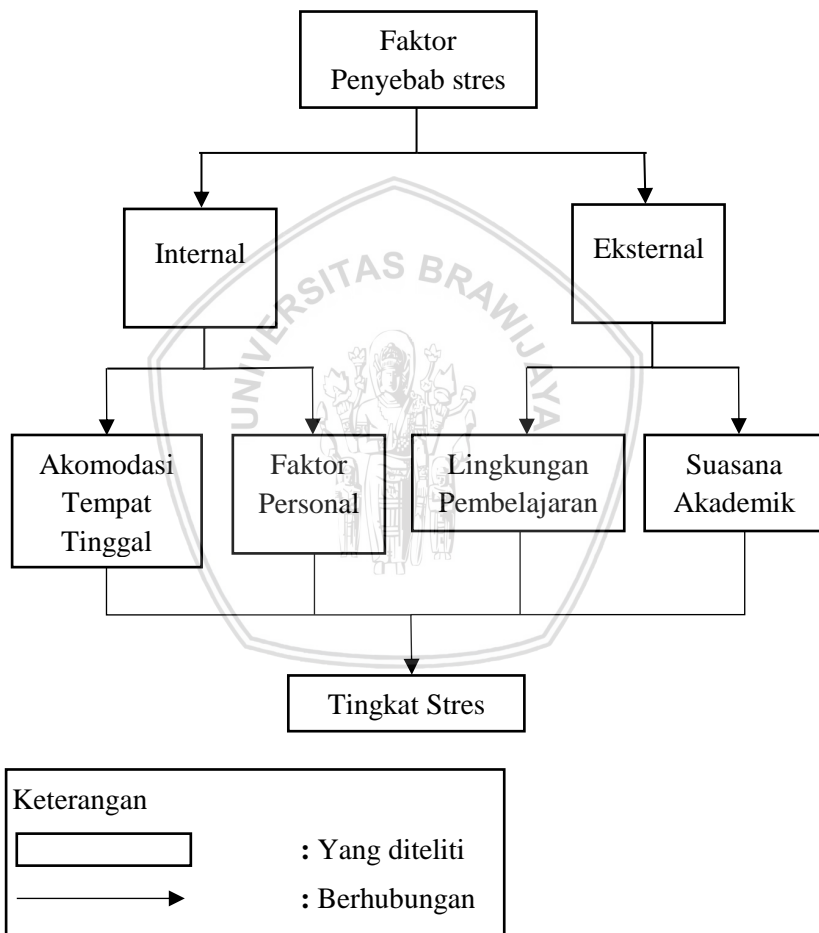
2.2 *Skill's lab*

Pendidikan keterampilan klinik di Laboratorium Keterampilan Klinik (*Skills laboratory* atau disingkat *Skill's lab*) memiliki peran penting untuk melatih mahasiswa S1 kedokteran dalam mencapai standar kompetensi (Nielsen et al, 2003). *Skill's lab* merupakan sebuah metode pembelajaran keterampilan klinik yang memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk berlatih mengembangkan keterampilan yang berkaitan dengan praktek klinik kedokteran gigi (Buku Pedoman Pendidikan Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya, 2017).

Skill's lab prostodonsia di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya dilaksanakan pada blok 11 dan 12 yang terdapat di semester 6. Pada *skill's lab* prostodonsia blok 11 membahas mengenai pembuatan mahkota tiruan penuh, pembuatan gigi tiruan jembatan, dan restorasi pasca perawatan saluran akar. Jumlah sks pada *skill's lab* prostodonsia blok 11 adalah 1 sks. Pada setiap akhir *skill's lab*, dilaksanakan ujian *skill's lab* melalui simulasi klinis yang dinilai langsung oleh instruktur atau dosen sesuai daftar check list yang harus dilakukan mahasiswa selama proses ujian atau simulasi berlangsung. Untuk kelulusan dan kompetensi mahasiswa tercapai apabila nilai akhir minimal kelulusan *skill's lab* adalah 75 (B+) (Buku Pedoman Pendidikan Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya, 2017).

BAB III KERANGKA KONSEP

3.1 Kerangka Konsep



Gambar 3.1 : Skema kerangka konsep penelitian

Selama pembelajaran *skill's lab* prostodonsia dapat memicu faktor penyebab stres. Faktor penyebab stres dapat dibagi menjadi 2,

yaitu faktor penyebab stres dari internal dan dari eksternal. Penyebab stres dari internal adalah faktor personal serta akomodasi tempat tinggal dan dari eksternal adalah lingkungan pembelajaran serta suasana akademik. Akomodasi tempat tinggal yang bisa memicu faktor stres antara lain adalah tinggal terpisah dengan orang tua dan suasana tempat tinggal saya kurang mendukung kegiatan belajar mandiri. Faktor personal, misalnya adanya konflik dengan orang tua dan teman, rasa kurang percaya diri, takut mengecewakan orang tua dan kondisi kesehatan. Sehingga hal ini akan mempengaruhi tingkat stres mahasiswa. Lingkungan pembelajaran, misalnya atmosfer atau suasana belajar, adanya inkonsistensi pemberian feedback dan kritikan dari instruktur *skill's lab* yang berbeda-beda, adanya konflik dengan dosen juga karena terbatasnya ketersediaan alat dan bahan *skill's lab* prostodonsia. Suasana akademik juga menjadi salah satu faktor penyebab stres, contohnya mahasiswa merasa kesulitan mempelajari ketrampilan yang harus saya kuasai saat *skill's lab* prostodonsia, sistem penilaian *skill's lab* prostodonsia yang harus dilaksanakan dan dicapai, waktu pembelajaran *skill's lab* prostodonsia yang terbatas untuk dapat mengakomodasi topik dan tugas pembelajaran yang harus diselesaikan. Faktor-faktor penyebab stres tersebut dapat menyebabkan tingginya tingkat stres.

BAB V

HASIL PENELITIAN DAN ANALISA DATA

Pengambilan data pada penelitian ini dibagi menjadi 3 tahap, yang pertama adalah penjelasan penelitian kepada seluruh subjek penelitian yaitu mahasiswa Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya angkatan 2015 yang baru saja melaksanakan *skill's lab* prostodonsia, selanjutnya subjek penelitian yang telah bersedia dan memenuhi kriteria diminta untuk mengisi *informed consent*. Tahap selanjutnya yaitu subjek penelitian mengisi kuesioner DES (*Dental Environment Stress*) untuk mengukur suatu kegiatan atau keadaan yang dialami oleh mahasiswa tersebut memiliki potensi menimbulkan stres dan DASS (*Depression, Anxiety And Stress Scales*) untuk mengukur tingkat stres mahasiswa. Kuesioner yang berhasil dikumpulkan sebanyak 141 kuesioner dari 141 kuesioner yang disebar di seluruh mahasiswa Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya angkatan 2015. Kuesioner yang berhasil dikumpulkan selanjutnya akan dihitung dan direkapitulasi.

5.1 Gambaran Umum

Jumlah subjek penelitian dalam penelitian ini sebanyak 141 responden. Gambaran umum responden dalam penelitian ini, sebagai berikut :

Tabel 5.1. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase (%)
Perempuan	123	87,2 %
Laki-laki	18	12,8 %
Total	141	100 %

Berdasarkan tabel 5.1 didapatkan bahwa lebih banyak responden berjenis kelamin perempuan (87%) dibanding dengan responden laki-laki (12,8%).

Tabel 5.2. Distribusi Responden Berdasarkan Usia

Usia	Jumlah	Persentase (%)	Rata-rata Usia
18 Tahun	1	0,8 %	20,5 Tahun
19 Tahun	3	2,1%	
20 Tahun	71	50,3%	
21 Tahun	60	42,6%	
22 Tahun	6	4,2%	
Total	141	100%	

Tabel 5.3. Distribusi Responden Berdasarkan Tempat Tinggal.

Tempat Tinggal	Jumlah	Persentase (%)
Tinggal dengan orang tua	35	24,9%
Kos/kontrak	106	75,1%
Total	141	100%

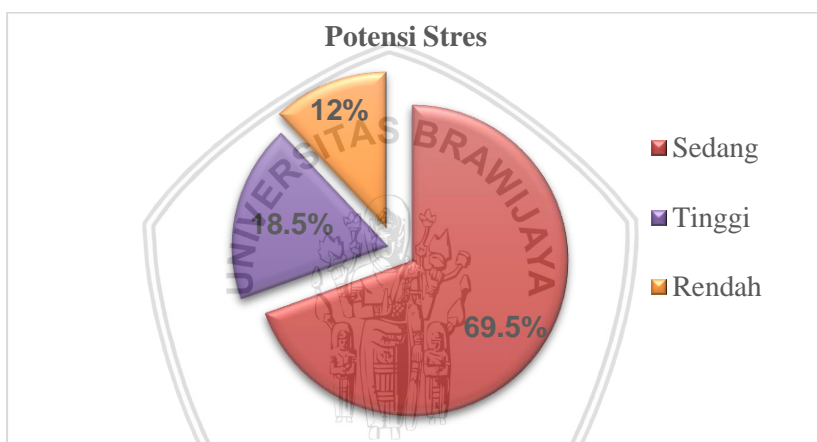
Berdasarkan tabel 5.2 dan tabel 5.3 didapatkan hasil bahwa rata-rata responden dalam kategori remaja serta sebagian besar responden tinggal di kos/kontrak (75.1%) dibandingkan tinggal dengan orang tua (24,9%).

5.2 Faktor Penyebab Stres pada *Skill's Lab* Prostodonsia di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya.

Untuk mengukur suatu kegiatan atau keadaan yang dialami oleh mahasiswa tersebut memiliki potensi menimbulkan stres dengan menggunakan kuesioner DES (*Dental Environment Stress*) yang berisi 38 butir pertanyaan diberikan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya angkatan 2015. Berikut merupakan rincian hasil dari kuesioner :

Tabel 5.4. Distribusi Frekuensi Potensi *Skill's Lab* Prostodonsia di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya dalam Menimbulkan Stres.

Potensi Stres	Jumlah	Persentase (%)	Rata-rata
Rendah	17	12%	2,1 (Sedang)
Sedang	98	69,5%	
Tinggi	26	18,5%	
Total	141	100%	

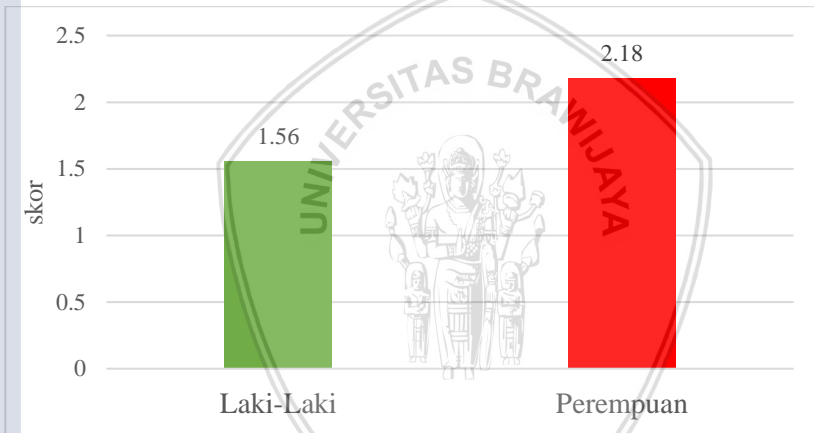


Gambar 5.1 Frekuensi Potensi *Skill's Lab* Prostodonsia di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya dalam Menimbulkan Stres.

Berdasarkan Tabel 5.4 dan gambar 5.1 didapatkan bahwa *skill's lab* prostodonsia tahap sarjana di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya rata-rata berpotensi dalam menimbulkan stres bagi mahasiswa pada tingkat sedang dengan skor 2,1. Selain itu hasil ini juga menunjukkan 18,5% responden merasakan *skill's lab* prostodonsia berpotensi menimbulkan stres tingkat tinggi.

Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Potensi *Skill's Lab* Prostodonsia di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya dalam Menimbulkan Stres Berdasarkan Jenis Kelamin.

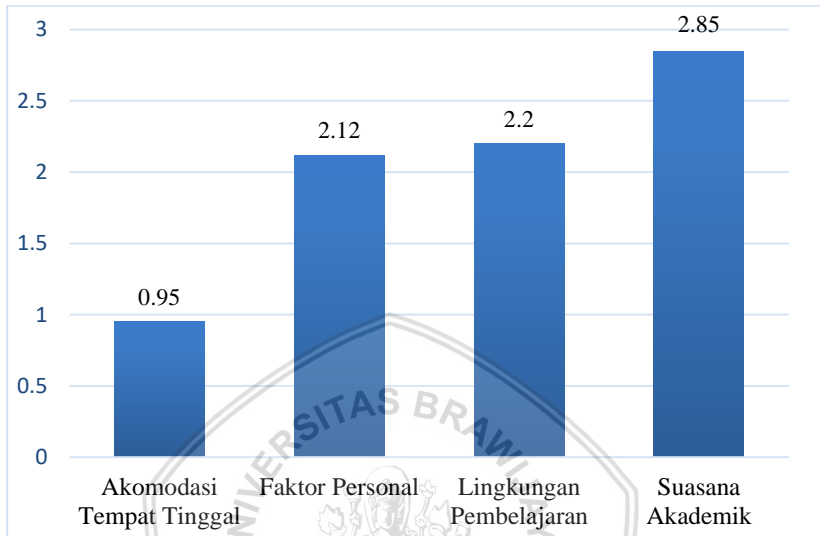
Jenis Kelamin	Rendah		Sedang		Tinggi		Total
	n	%	n	%	n	%	
Laki-laki	6	33.3%	11	61,1%	1	5,5%	18
Perempuan	11	9%	87	70,7%	25	20,3%	123
Total							141



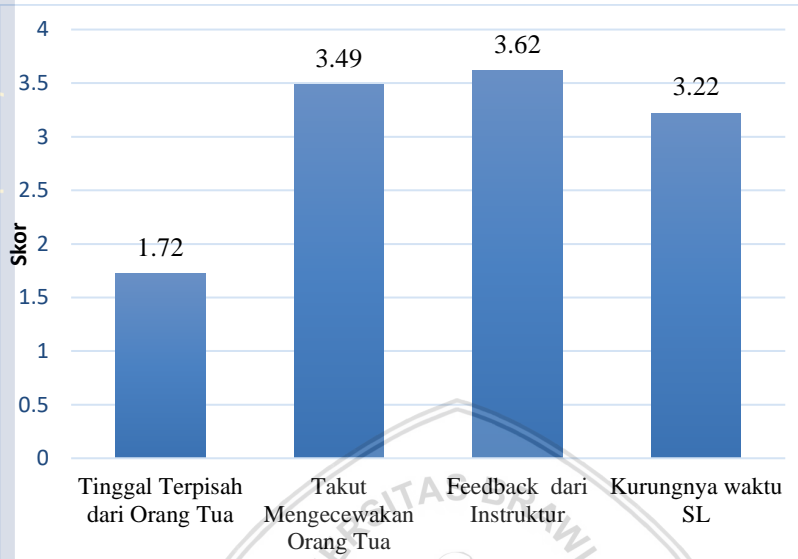
Gambar 5.2 Rata-rata Frekuensi Potensi Tingkat Stres pada *Skill's Lab* Prostodonsia di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya Berdasarkan Jenis Kelamin.

Berdasarkan tabel 5.5 dan gambar 5.2 di atas didapatkan 61,1% responden laki-laki dan 70,7% responden perempuan merasakan bahwa *Skill's Lab* prostodonsia tahap sarjana di Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya berpotensi menimbulkan stres pada tingkat sedang. Dari hasil tersebut responden yang berjenis kelamin perempuan memiliki rata-rata skor lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa laki-laki dengan rincian rata-rata skor 2,18 untuk mahasiswa perempuan yang termasuk potensi tingkat stres sedang dan

rata-rata skor 1,56 untuk laki-laki yang juga termasuk potensi tingkat stres sedang.



Gambar 5.3 Rata-rata potensi *skill's lab* prostodonsia dalam menimbulkan stres mahasiswa berdasarkan kategori stressor.



Gambar 5.4 Stressor tertinggi ditiap kategori stressor dalam menimbulkan stres mahasiswa saat melakukan *skill's lab* prostodonsia.

Pada gambar 5.3 dan gambar 5.4 terlihat bahwa “Suasana Akademik” merupakan kategori stressor tertinggi yang dirasakan mahasiswa dan “Akomodasi Tampak Tinggal” merupakan kategori stressor terendah yang dirasakan mahasiswa saat melakukan *skill's lab* prostodonsia. Namun bila dilihat dari stressornya, “*Feedback* dari Instruktur” dengan skor 3,62 yang termasuk dalam kategori stressor “Lingkungan Pembelajaran” merupakan stressor tertinggi yang dirasakan mahasiswa saat melakukan *skill's lab* prostodonsia.

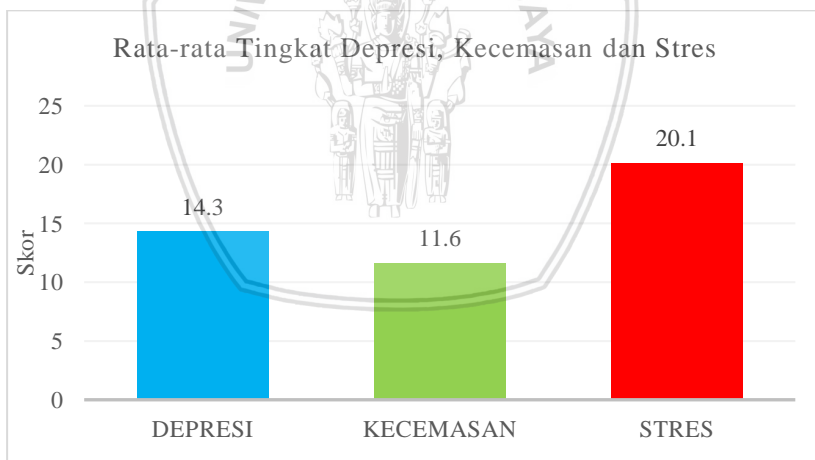
5.3 Tingkat Stres pada *Skill's Lab* Prostodonsia di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya

Tingkat stres mahasiswa diukur dengan menggunakan kuesioner DASS (*Depression, Anxiety And Stress Scales*). Kuesioner ini terdiri dari 21 butir pertanyaan yang telah diuji reabilitas dan validitasnya. Kuesioner ini di sebar ke Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya angkatan 2015 yang berjumlah 141 sampel. Pada hasil penelitian ini dilakukan penyerdehanaan kategori DASS, yaitu kategori tingkat normal dan ringan menjadi tingkat ringan,

kategori tingkat sedang tetap menjadi tingkat sedang dan untuk kategori tingkat berat dan sangat berat menjadi tingkat berat. Berikut merupakan hasil penelitian :

Tabel 5.6 Distribusi Frekuensi Tingkat Depresi, Kecemasan dan Stres pada *Skill's Lab* Prostodonsia di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya

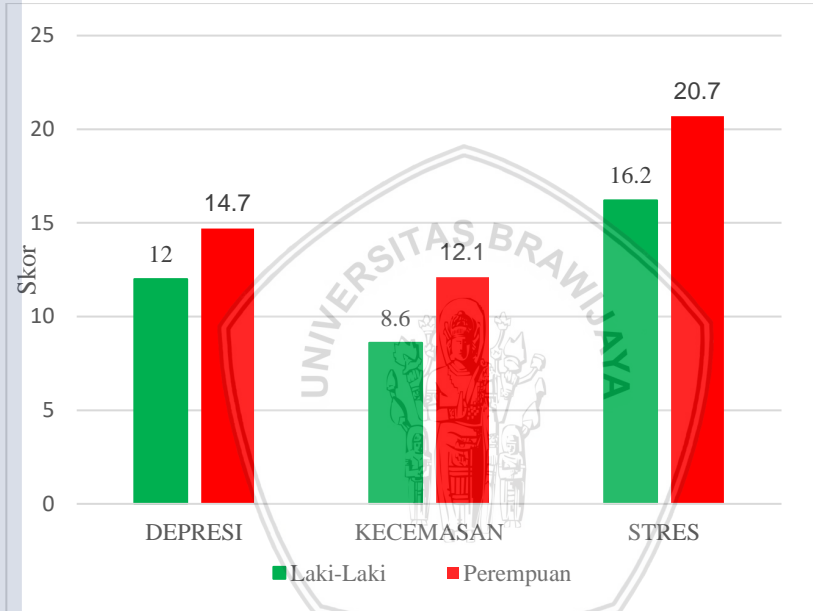
	Depresi		Kecemasan		Stres	
	n	%	n	%	n	%
Ringan	63	44,7%	54	38,3%	65	39%
Sedang	48	34%	49	34,7%	45	32%
Tinggi	30	21,3%	38	26,9%	41	29%
Total	141	100%	141	100%	141	100%



Gambar 5.5 Rata-rata Frekuensi Tingkat Depresi, Kecemasan dan Stres pada *Skill's Lab* Prostodonsia di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya

Berdasarkan tabel 5.6 didapatkan hasil bahwa sebagian besar mahasiswa pada tingkat ringan pada depresi (44,7%), kecemasan (38,3%) dan stres (39%) saat melakukan *skill's lab* prostodonsia tahap sarjana di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya. Dari hasil

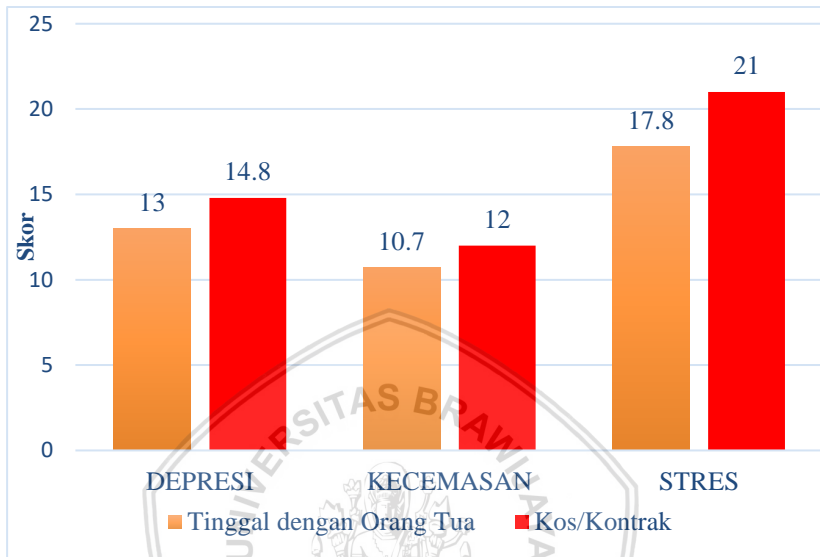
penelitian ini juga terdapat 29% mahasiswa mengalami tingkat stres tinggi saat melakukan *skill's lab* prostodonsia. Selain itu berdasarkan gambar 5.3 didapatkan hasil bahwa mahasiswa di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya saat mengikuti *skill's lab* prostodonsia rata-rata mengalami depresi tingkat sedang dengan skor 14,3 ,kecemasan tingkat sedang dengan skor 11,6 serta mengalami stres tingkat sedang dengan skor 20,1.



Gambar 5.6 Rata-rata tingkat depresi, kecemasan dan stres mahasiswa saat melakukan *skill's lab* prostodonsia di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya berdasarkan jenis kelamin

Berdasarkan gambar 5.6 didapatkan bahwa skor rata-rata tingkat depresi, kecemasan dan stres pada mahasiswa perempuan lebih tinggi dibandingkan pada mahasiswa laki-laki. Pada tingkat depresi mahasiswa perempuan pada kategori tingkat sedang dan untuk mahasiswa laki-laki pada kategori tingkat ringan. Pada tingkat kecemasan mahasiswa perempuan pada kategori tingkat sedang dan untuk mahasiswa laki-laki pada kategori tingkat ringan. Sedangkan

untuk tingkat stres mahasiswa perempuan pada tingkat sedang dan mahasiswa laki-laki pada kategori tingkat ringan.



Gambar 5.7 Rata-rata Frekuensi Tingkat Depresi, Kecemasan dan Stres pada *Skill's Lab* Prostodonsia di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya berdasarkan Tempat Tinggal.

Berdasarkan hasil dari gambar 5.7 didapatkan bahwa rata-rata skor tingkat depresi, kecemasan dan stres responden yang tinggal di kos/kontrak lebih besar dibanding dengan responden yang tinggal dengan orang tua. Responden yang tinggal di kos/kontrak mengalami tingkat depresi, kecemasan dan stres pada kategori tingkat sedang. Sedangkan responden yang tinggal dengan orang tua mengalami tingkat depresi dan stres pada kategori tingkat ringan, namun untuk tingkat kecemasan pada kategori tingkat sedang.

BAB VI PEMBAHASAN

Penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif kuantitatif dengan teknik total sampling. Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang telah melaksanakan *skill's lab* prostodonsia tahap sarjana di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya dengan jumlah sampel 141 mahasiswa. Penelitian ini menggunakan kuesioner DES (*Dental Environment Stress*) untuk mengukur potensi suatu kegiatan atau keadaan yang dialami oleh mahasiswa tersebut dalam menimbulkan stres dan kuesioner DASS (*Depression, Anxiety And Stress Scales*) untuk mengukur tingkat stres mahasiswa, dimana kedua kuesioner tersebut telah teruji validitas dan reliabilitasnya. Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan kelaikan etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya.

Respon rate dalam penelitian ini sebesar 100%, *respon rate* harus dihitung sebagai jumlah kuesioner yang dikembalikan (Mitchell,1989). Hal ini telah sesuai dengan yang dikemukakan oleh Dommeyer *et al* (2004) bahwa respon rate penelitian dengan menggunakan *paper survey* mencapai 75%. Tercapainya respon rate 100% karena survey dilakukan segera setelah pembelajaran *skill's lab* selesai diakhir blok, sehingga mahasiswa tidak memiliki kesempatan untuk meninggalkan ruangan sebelum mengisi kuesioner yang diberikan oleh peneliti.

6.1 Faktor Penyebab Stres Pada *Skill's Lab* Prostodonsia Tahap Sarjana di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya.

Stresor adalah variabel yang dapat diidentifikasi sebagai faktor penyebab timbulnya stres. Sumber stres dapat berasal dari internal dan eksternal. Stres terjadi apabila stresor tersebut dirasakan dan dipersepsikan sebagai ancaman sehingga menimbulkan kecemasan yang merupakan awal dari gangguan kesehatan fisik dan psikologis (Rasmun,2004). Untuk mengukur potensi suatu kegiatan atau keadaan yang dialami oleh mahasiswa tersebut dalam menimbulkan stres yaitu dengan menggunakan kuesioner DES (*Dental Environment Stress*) (Hawazin, 2012).

Berdasarkan hasil dari penelitian ini dapat diketahui 18,5% responden menunjukkan bahwa *skill's lab* prostodonsia berpotensi

menimbulkan stres tingkat tinggi, 69,5% responden menunjukkan bahwa *skill's lab* prostodonsia berpotensi menimbulkan stres tingkat sedang dan 12% responden menunjukkan bahwa *skill's lab* prostodonsia berpotensi menimbulkan stres tingkat rendah. Dari hasil ini juga didapatkan skor rata-rata sebesar 2,1 yang artinya bahwa *skill's lab* prostodonsia tahap sarjana di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya berpotensi menimbulkan stres tingkat sedang bagi mahasiswa. Menurut penelitian Dalband dan Farhadi (2007) menggunakan kuesioner DES (*Dental Environment Stress*) di School of Dentistry, Universitas Hamadan Iran melaporkan bahwa mahasiswa sarjana kedokteran gigi mengalami tingkat stres sedang dengan skor 2,6.

Bila ditinjau dari jenis kelamin, diperoleh bahwa skor rata-rata potensi *skill's lab* prostodonsia dalam menimbulkan stres pada mahasiswa perempuan lebih tinggi dibanding dengan mahasiswa laki-laki. Pada mahasiswa perempuan diperoleh skor sebesar 2,18 yang termasuk kategori tingkat stres sedang dan pada mahasiswa laki-laki diperoleh skor sebesar 1,56 yang termasuk kategori tingkat stres sedang. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mehdizadeh *et al* (2014) pada mahasiswa kedokteran gigi tahap sarjana di Universitas Babol, Iran yang juga menggunakan kuesioner DES (*Dental Environment Stress*) bahwa mahasiswa perempuan lebih berpotensi mengalami stres dari pada mahasiswa laki-laki, karena pada saat *skill's lab* kadangkala perempuan cenderung untuk mengekspresikan dan mengungkapkan emosi mereka dibandingkan dengan laki-laki. Namun hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kumar *et al* (2009) pada mahasiswa kedokteran gigi di *Rajasthan University of Health Sciences*, India menunjukkan bahwa laki-laki secara keseluruhan lebih merasakan stres dari pada mahasiswa perempuan, hal ini kemungkinan karena di India, laki-laki dianggap sebagai sumber utama penghasilan dalam keluarga, dan dia juga harus merawat orang tuanya.

Menurut Hawazin (2012) stressor dapat dibedakan menjadi beberapa kategori, yaitu *personal factors* (permasalahan pribadi), *workload* (beban kerja), *self efficacy beliefs* (kepercayaan terhadap kemampuan diri), *learning environment* (lingkungan pembelajaran) dan *faculty and administration* (fakultas dan perangkatnya/ dosen dan karyawan). Semua stressor tersebut memiliki potensi untuk

menimbulkan stres bagi mahasiswa dan dapat mengganggu rutinitas dan kemampuan belajar dari mahasiswa tersebut (Hawazin, 2012). Hal tersebut juga sejalan pada penelitian ini bahwa setiap kategori stressor memiliki potensi rendah maupun tinggi untuk menimbulkan stres bagi mahasiswa.

Berdasarkan penelitian ini, kategori stressor yang sangat berpotensi dalam menimbulkan stres bagi mahasiswa adalah “suasana akademik” dan “lingkungan pembelajaran”. Sedangkan “akomodasi tempat tinggal” juga berpotensi menimbulkan stres meskipun hanya pada tingkat ringan. Namun bila dilihat dari stressornya maka “*Feedback* dari Instruktur” yang merupakan stressor tertinggi yang dirasakan mahasiswa saat melakukan *skill's lab* prostodonsia. Stressor lain yang juga berpotensi dalam menimbulkan stres bagi mahasiswa adalah “kurangnya waktu”, “takut mengecewakan orang tua” dan “tinggal terpisah dari orang tua.

Bila diperhatikan, stressor utama yang memiliki potensi paling besar dalam menimbulkan stres bagi mahasiswa saat melakukan *skill's lab* prostodonsia adalah stressor eksternal yang terdiri dari “suasana akademik” dan “lingkungan pembelajaran”. Hal ini sama dengan penelitian Hawazin *et al* (2012) di Universitas McGill Canada yang dilakukan pada mahasiswa kedokteran gigi menggunakan kuesioner DES bahwa stressor yang berpotensi dalam menimbulkan stres pada mahasiswa preklinik adalah faktor lingkungan serta akademik. Penelitian lain yang dilakukan oleh Paudel *et al* (2013) juga menyatakan bahwa lingkungan pembelajaran di kedokteran serta kedokteran gigi memiliki peran yang signifikan dalam menimbulkan stres bagi mahasiswa.

“*feedback* dari instruktur” adalah stressor tertinggi yang dirasakan mahasiswa saat melakukan *skill's lab* prostodonsia. Hal ini juga sejalan dengan penelitian Mehdizadeh, *et al* (2014) yang dilakukan di Kedokteran Gigi Universitas Babol Iran, didapatkan bahwa hubungan dengan instruktur adalah salah satu stresor utama di lingkungan pembelajaran di semua tahap sekolah kedokteran gigi. Padahal menurut Darmono dan Hasan (2005), dosen atau instruktur bertugas memberikan arahan yang bersifat konstruktif selain itu dosen ataupun instruktur berkewajiban memeriksa dan memberikan pengarahannya setiap hasil kerja mahasiswa yang dilakukan tahap demi

tahap serta mengembangkan segala kemampuan mahasiswa dan dosen atau instruktur berhak memberikan saran. Jadi sebenarnya dosen atau instruktur tidak memberikan pengaruh stres bagi mahasiswa. Namun pada kenyataannya instruktur sendirilah yang kadangkala menjadi salah satu sumber stres bagi mahasiswa saat melakukan *skill's lab* prostodonsia. Hal ini kemungkinan dikarenakan saat *skill's lab* prostodonsia hubungan atau perilaku instruktur yang kadangkala bersifat dingin saat mahasiswa bertanya, perbedaan pendapat sesama instruktur, adanya konflik dengan instruktur, dan kadangkala intruktur melakukan penghinaan kepada mahasiswa. Padahal hubungan interpersonal yang kurang harmonis antara mahasiswa dengan instruktur atau dosen terjadi karena adanya komunikasi interpersonal yang tidak efektif, komunikasi interpersonal yang tidak efektif menyebabkan adanya kecemasan dan ketegangan pada diri mahasiswa (Rindang dll, 2006). Oleh karena itu, Sumaya Basudan *et al* (2017) menyarankan untuk mahasiswa diperbolehkan memilih instruktur sendiri yang mereka rasa paling nyaman agar mahasiswa lebih aktif serta umpan balik yang lebih efektif.

Penelitian yang dilakukan pada mahasiswa sarjana di *Faculty of Dentistry, King Abdul Aziz University*, Arab Saudi oleh Al-Samadani dan Al-Dharrab (2014) menyatakan bahwa selain karena lingkungan pembelajaran, banyaknya beban kerja, tugas dan kurangnya waktu untuk melakukan pekerjaan juga sangat berpengaruh dalam menimbulkan stres bagi mahasiswa kedokteran gigi. Hal tersebut juga sejalan dengan penelitian ini bahwa stressor “Kurangnya waktu SL Prostodonsia” sangat berpotensi menimbulkan tingkat stres tinggi bagi mahasiswa di Fakultas Kedokteran Gigi. Hal ini terjadi diduga karena saat pelaksanaan *skill's lab* prostodonsia tugas yang diberikan kepada mahasiswa cukup banyak dan harus diselesaikan dalam waktu tertentu, sementara kemampuan/keterampilan tiap mahasiswa dalam mengerjakan suatu tugas berbeda-beda. Menurut Divaris *et al* (2012) mahasiswa kedokteran gigi merasakan prostodontik memiliki tuntutan tertinggi karena membutuhkan keterampilan yang baik. Selain itu kurangnya jumlah alat penunjang yang tersedia juga dapat mempengaruhi kecepatan mahasiswa dalam mengerjakan sebuah tugas atau requirement. Mahasiswa juga akan merasakan stres bila membutuhkan waktu pembelajaran yang terlalu lama, seperti penelitian yang dilakukan Sukotjo *et al* (2008) bahwa

sebagian besar mahasiswa program pendidikan spesialis prostodonsia merasa stres yang tinggi selama pengerjaan FPs (*complete dentures*) dan CDs (*removable partial dentures*) karena disebabkan oleh pembelajaran FPs dan CDs membutuhkan waktu yang terlalu lama (Sukotjo et al, 2008).

Selain stressor dari eksternal, stressor dari internal yang dapat menimbulkan stres adalah "takut mengecewakan orang tua". Sebuah temuan yang dilaporkan oleh Westerman *et al* (1993) bahwa para mahasiswa yang mengalami tekanan dari orang tua serta karena masalah keuangan menunjukkan tingkat stres yang tinggi. Hal ini dapat dijelaskan oleh fakta bahwa penerimaan biaya masuk di fakultas kedokteran gigi serta biaya untuk membeli alat-alat *instrument skill's lab* yang digunakan selama pembelajaran membutuhkan biaya sangat mahal dan banyak orang tua membiayai pendidikan anak-anak mereka melalui pinjaman bank yang memberikan mahasiswa kecemasan tentang sumber keuangan (Pradeep *et al*, 2011). Penelitian lain yang dilakukan Bathala *et al* (2015) pada mahasiswa kedokteran gigi selama tahap sarjana menunjukkan bahwa rasa takut akan kegagalan merupakan faktor penyebab stres utama. Al-Samadani dan Al-Dharrab (2014) juga melaporkan bahwa rasa takut gagal menjadi dokter gigi (51,3%) sebagai penyebab utama stres pada mahasiswa sarjana kedokteran gigi.

Pada kategori "Akomodasi Tempat Tinggal" potensi menimbulkan stres bagi mahasiswa yang tertinggi pada stressor "Saya tinggal terpisah dari orang tua". Mahasiswa yang tinggal di kos/kontrak memiliki tingkat stres yang tinggi daripada mahasiswa yang tinggal di rumah bersama orang tua atau keluarga mereka (Pradeep *et al*, 2011). Fakta ini mungkin disebabkan karena pada saat darurat atau pada saat menghadapi masalah seseorang dapat kembali pada keluarganya untuk mendapatkan dukungan emosional bahkan juga materi (Acharya, 2003).

6.2 Tingkat Stres Mahasiswa Pada *Skill's Lab* Prostodonsia Tahap Sarjana di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya.

Menurut Hans Selye (1976) stres merupakan respon tubuh yang tidak bersifat spesifik terhadap setiap tuntutan atau beban atasnya. Sedangkan menurut *American Institute of Stress* (2010), tidak ada definisi yang pasti untuk stres karena setiap individu akan

memiliki reaksi yang berbeda terhadap stres yang sama dan juga stres bagi seorang individu belum tentu stres bagi individu yang lain. Berdasarkan pengertian tersebut dapat diartikan stres timbul apabila seorang mengalami beban atau tugas yang berat tetapi orang tersebut tidak dapat mengatasi tugas yang dibebankan itu, maka tubuh akan merespon dengan ketidakmampuan dalam menyelesaikan tugas tersebut, sehingga orang tersebut dapat mengalami stres. Secara terminologi, arti dari stres adalah adanya ketidakcocokan antara tuntutan tuntutan yang dihadapi dengan kemampuan yang dimiliki oleh individu (Gregson, 2007).

Berdasarkan penelitian, didapatkan tingkat stres mahasiswa merata dari tingkat stres normal hingga tingkat stres sangat berat serta rata-rata tingkat stres yang dirasakan mahasiswa saat melakukan *skill's lab* prostodonsia termasuk dalam kategori stres tingkat sedang dengan skor rata-rata sebesar 20,1. Penelitian yang dilakukan oleh Samuya *et al* (2017) pada mahasiswa sarjana Kedokteran Gigi di *King Saud University*, Saudi Arabia bahwa tingkat depresi, kecemasan dan juga tingkat stres rata-rata dalam kategori tingkat moderate/ sedang. Pada penelitian ini didapatkan juga bahwa 29% mahasiswa mengalami tingkat stres berat hingga sangat berat, hal ini tidak jauh berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Jain *et al* (2016) yang dilakukan pada mahasiswa sarjana *Institute of Dental Studies and Technologies*, Uttar Pradesh, India bahwa terdapat 22% dari populasi sampel mengalami tingkat stres yang berat. Hasil penelitian ini juga didapatkan bahwa 39% mahasiswa merasakan tingkat stres yang ringan pada saat *skill's lab* prostodonsia. Hal ini dikarenakan sebagian mahasiswa yang tertekan biasanya memakai pola koping tertentu sebagai respons alami terhadap stres agar dapat mengurangi ketegangan psikologis. Sebagian besar mahasiswa secara aktif terlibat dalam kegiatan non-akademik seperti bermain atau mendengarkan musik untuk menghilangkan stres mereka. Menurut Dewi (2009) musik dapat menurunkan stres serta juga dapat memperbaiki kualitas aspek fisik, perilaku, dan psikolog.

Dalam penelitian ini didapatkan bahwa responden yang berjenis kelamin perempuan menunjukkan tingkat depresi, kecemasan dan stres lebih tinggi dari pada yang berjenis kelamin laki-laki. Hal ini sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Mirsaifi *at al* (2015) dimana didapatkan data mahasiswa perempuan memiliki skor lebih

tinggi dari pada laki-laki. Menurut Goldstein MB dalam AL-Omari WM (2005) menyebutkan bahwa mahasiswa perempuan memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibanding mahasiswa laki-laki oleh karena perempuan memberikan respon yang lebih parah terhadap stressor dari pada laki-laki, selain itu perempuan lebih mudah merasakan perasaan bersalah, cemas, penurunan nafsu makan, gangguan tidur, serta gangguan makan. Meskipun juga banyak penelitian menyebutkan bahwa perempuan lebih rentan terhadap stres, tidak ada perbedaan yang bermakna secara statistik antara tingkat stres dengan jenis kelamin. Karena hampir setengah dari mahasiswa kedokteran dan kedokteran gigi berjenis kelamin perempuan. Hal ini diduga yang menyebabkan hasil penelitian lebih cenderung mengatakan bahwa tingkat stres lebih sering terjadi pada perempuan (Navas, 2012)

Bila dilihat dari tempat tinggal responden, bahwa responden yang tinggal di kos/kontrak maupun tinggal dengan orang tua sama-sama mempengaruhi tingkat stres. Responden yang tinggal dengan orang tua belum tentu mereka tidak akan mengalami stres. Bisa jadi justru dirumah, mereka mengalami banyak tekanan yang mungkin di dapat dari orang tua yang terlalu memberikan banyak tekanan dan juga lingkungan sekitar rumah yang tidak mendukung selama masa perkuliahan (Sutjiato dkk, 2015). Namun responden yang tinggal di kos/kontrak memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dari pada yang tinggal dengan orang tua. Hal ini dikarenakan bahwa bahwa metode koping yang paling umum yang digunakan oleh mahasiswa adalah mendapatkan dukungan emosional dari keluarga atau orang tua. Hal ini juga sejalan dengan Roh (2010) bahwa mahasiswa yang tinggal di rumah bersama dengan orang tua dapat tinggal dengan nyaman dan tenang serta dapat menceritakan beban/masalah yang sedang dihadapi kepada orang tua.

BAB VII

PENUTUP

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data mengenai potensi pelaksanaan *skill's lab* prostodonsia dalam menimbulkan stres dan tingkat stres dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. *Skill's lab* prostodonsia di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya pada tahap sarjana berpotensi menimbulkan stres bagi mahasiswa pada kategori tingkat stres sedang
2. Akomodasi tempat tinggal, faktor personal, suasana akademik dan lingkungan pembelajaran merupakan faktor penyebab stres mahasiswa saat melakukan *skill's lab* prostodonsia tahap sarjana di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya.
3. Adanya inkonsistensi pemberian umpan balik/*feedback* dan kritikan dari instruktur SL yang berbeda-beda merupakan stressor tertinggi pada mahasiswa saat melakukan *skill's lab* prostodonsia tahap sarjana di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya.
4. Rata-rata tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa saat melakukan *skill's lab* prostodonsia di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya termasuk dalam kategori tingkat stres sedang.
5. Pada mahasiswa berjenis kelamin perempuan mengalami tingkat stres lebih tinggi dibanding dengan mahasiswa berjenis kelamin laki-laki pada saat melakukan *skill's lab* prostodonsia di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya.

7.2 Saran

1. Untuk pengembangan lebih lanjut disarankan untuk melakukan penelitian mengenai hubungan faktor penyebab stres dengan tingkat stres mahasiswa saat melakukan *skill's lab* prostodonsia pada tahap sarjana di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya.
2. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai faktor penyebab stres dengan tingkat stres mahasiswa saat melakukan *skill's lab*

prostodonsia pada tahap sarjana di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya dengan metode kualitatif.

3. Perlu dilakukan penelitian mengenai peran instruktur terhadap faktor penyebab stres dengan tingkat stres mahasiswa saat melakukan *skill's lab* prostodonsia pada tahap sarjana di Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya.
4. Perlu dilakukan penelitian mengenai pengaruh koping mahasiswa dengan tingkat stres mahasiswa saat melakukan *skill's lab* prostodonsia.
5. Perlu adanya penelitian untuk mengkaji faktor yang menyebabkan tingkat stres yang diderita mahasiswa perempuan cenderung lebih tinggi dibanding mahasiswa laki-laki
6. Perlu dilakukan penelitian tentang efektifitas mendengarkan musik dalam menurunkan tingkat stres mahasiswa.
7. Penelitian ini juga diharapkan kedepannya dapat dijadikan sebagai acuan untuk merancang metode pembelajaran *skill's lab* yang tidak berpotensi menimbulkan stres pada mahasiswa di Fakultas Kedokteran Gigi.

DAFTAR PUSTAKA

- Acharya S. 2003. Factors affecting stress among Indian dental students. *J Dent Educ.* 67(10):1140-8.
- Al-Samadani Khalid, Ayman Al-Dharrab. 2014. The Perception of Stress among Clinical Dental Students. *World Journal of Dentistry* ;4(1):24-28
- Alzahem AM, van der Molen HT, Alaujan AH, et al. Stress amongst dental students: a systematic review. *Eur J Dent Educ* 2011;15(1):8-18.
- Antonio Crego, María Carrillo-Díaz, Jason M. Armfeld, Martín R. Stress and Academic Performance in Dental Students: The Role of Coping Strategies and Examination-Related Self-Efficacy. *Journal of Dental Education* Vol. 80, No.2
- Atkinson, Rita, L; et al. 1993. *Introduction to Psychology*, 11th.ed. terjemahan Pengantar Psikologi, Edisi Kesebelas, jilid 2. Dr. Widjaja Kusuma. Jakarta: Interaksana.
- Ballard, K., & Bates, A. 2008. Making a connection between student achievement, teacher accountability, and quality classroom instruction. *The Qualitative Report*, 4 (13), 560-580.
- Budiharto. 2008. *Metodologi Penelitian Kesehatan dengan Contoh Bidang Ilmu Kesehatan Gigi*. Jakarta: EGC
- Carlson, D. L. 2004. *Mengatasi Kelelahan dan Stres*. Yogyakarta: ANDI Offset.
- Dalband M, Farhadi Nasab A. 2007. Evaluation of Stress-Inducing Factors of Educational Environment in Hamadan Dentistry School's Students. *Sci J Hamadan Univ Med Sci* 13 (4):48-52
- Darmono dan Hasan, A. M. 2005. *Menyelesaikan Skripsi Dalam Satu Semester*. Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia
- Dewi, M. P. 2009. Studi Metaanalisis: Musik untuk Menurunkan Stres. *Jurnal*

Psikologi Universitas Gunadarma. Vol 36 No 2: 106-115.

Divaris bK, Polychronopoulou A, K. Taoufik, C. Katsros, and T. Eliades. 2012. Stress and burnout in postgraduate dental education. *Eur J Dent Educ*;16:35-42.

Dommeyer, C.J., P. Baum, R.W. Hanna, and K.S. Chapman. 2004. Gathering faculty teaching evaluations by in-class and online surveys: their effects on response rates and evaluations. *Assessment & Evaluation in Higher Education* 29, no. 5: 611–623.

Epstein, R. M. 2007. Assessment in Medical Education. *N Engl J Med*, 356:387-96.

Eriksen, H.R., Ursin, H. 2004. Subjective health complaints, sensitization, and sustained cognitive activation (stress). *Journal of Psychosomatic Research*, 56: 445-48.

Gregson, T. 2007. *Life without stress*. Jakarta: Prestasi Pustaka Raya.

Guthier, Robert, Ciccarelli M, Babic A. 2010. Work-related stress in Australia : The effects of legislative intervention and the cost of treatment. *International Journal of Law and Psychiatry* 33: 101-115.

Hawari, Dadang. 2001. *Manajemen Stres, Cemas, dan Depresi*. Jakarta : Fakultas

Kedokteran Universitas Indonesia.

Hawazin, W. 2012. Stress in Dental Students: A Mixed Methods Study. *Journal of Dental Education* Vol. 78, No. 2.

Kellner, C.H., Roy-Byrne, P.P., Rubinow, D.R., Gold, P.W. & Post, R.M. 1983. Cerebral atrophy in torture victims. *New England Journal of Medicine*, 308, 90.

Kumar S, R. J. Dagli, A. Mathur, M. Jain, D. Prabu, S. Kulkarni. 2009. Perceived sources of stress amongst Indian dental students. *European Journal of Dental Education* 13 : 39-45.

Lahey, B.B. 2007. *Psychology : An introduction*, 9th Ed. New York : The Mc. Graw-Hill Companies.

- Lahey BB, Hartung CM, Loney J, Pelham WE, Chronis AM, Lee SS. 2007. Are there sex differences in the predictive validity of DSM-IV ADHD among younger children? . *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology* 36:113–126.
- Lyon, B. L. 2012. Stress, coping, and health. In Rice, H. V. (Eds.) *Handbook of stress, coping and health: Implications for nursing research, theory, and practice* (pp.3-23). USA: Sage Publication, Inc.
- Manivasakan S, Raman SK, Devy A S, Saravanakumar R. 2018. The clinical dental undergraduate's perception of stress origin in India: A cross-sectional study. *J Nat Sc Biol Med* ;9:197-200
- Mehdizadeh M, Farzan K, Hossein, Shaghayegh N. 2014. Stress Factors in Dental Students of Babol University. *Journal of Dental School* ; 32(3): 151-158.
- Michael Ireland, Fei Wu, Katherine Hafekost, David Lawrence. 2013. *National Mental Health Survey of Doctors and Medical Students*. Australia : Beyondblue.
- Mirsaifi R, Daneshkazemi A, Sadeghian H A, Vosooghi. 2015. Evaluating stres level causes by studying environment and related factors in Dental student of Yazd Dental Collage. *Avicence J Dent Res*. 7(1): 1-4
- Mitchell, R.C, R.T. Carson, 1989. *Using surveys to value public goods: The contingent valuation method* (Resources for the Future. Washington, DC)
- Pau, A.K.H., Croucher, R., Sohanpal, R., Muirhead V, & Seymour, K. 2004 . Emotional intelligence and stress coping in dental undergraduates-a qualitative study, *British Dental Journal* 197, 205-209.
- Paudel S, Subendi N, Shrestha A. 2013. Stres anda its Relief among Undergraduate Dental student in a Tertiary Health Care Center in Eastern Nepal. *Dentistry* 3; 1-5.
- Pinel, 2009. *Stres dan Kesehatan*. Dalam: *Biopsikologi Edisi ke-7*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

- Polychronopoulou, S. 2009. Identification and overidentification of specific learning disabilities (Dyslexia) in Greece. *Learning Disability Quarterly*, 32, 55- 69.
- Pradeep S. Tangade, Anmol Mathur, Rahul Gupta, and Shikha Chaudhary. 2010. Assessment of Stress Level among Dental School Students: An Indian Outlook. *Dental Research Journal*. 8(2): 95–101.
- Rasmun. 2004 . Stress Koping dan Adaptasi. Jakarta :CV.Sagung Seto
- Rice, V. H. 2011. Theories of stress and its relationship to health. In Rice, H. V. (Eds.), *Handbook of stress, coping, and health: Implications for nursing research, theory, and practice*. USA: Sage Publication, Inc.
- Rindang Gunawati, Sri Hartati, Listiara Anita. 2006. Hubungan antara efektifitas Mahasiswa-Dosen Pembimbingan dengan stres mahasiswa. *Psikologi FK UNDIP*.
- Rosch, P. J. 2014. Reminiscences of Hans Selye, and the Birth of “Stress”. Retrieved January 8, 2018 from <http://www.stress.org/about/hans-selye-birth-of-stress/>
- Samar A.Al-Saleh, Ebtissam M.Al-Madib, Nadia S.Al-Angaric, Huda A.Al-Shehrid, Mohammed, Mohammed Shukri, 2010. Survey of perceived stress-inducing problems among dental students, Saudi Arabia. *The Saudi Dental Journal* Vol. 22.
- Sarafino, E. P. 2006. *Health Psychology : Biopsychosocial Interactions*. Fifth Edition. USA: John Wiley & Sons.
- Schmitter M, Liedl M, Beck J, Rammelsberg P. Chronic stress in medical and dental education. *Med Teacher* 2008;30(1):97-9.
- Selye H. 1976. *Stress in health and disease* Butterworth’s. Inc. Boston, MA.
- Silverstein ST, Kritz-Silverstein. 2010. A Longitudinal Study of Stress in First-Year Dental Students. *Journal of Dental Education* Vol. 74, No. 8.
- Stuart GW & Laraia. 2005. *Principles and practice of psychiatric nursing*. Elsevier Mosby Philadelphia.

- Sukotjo C, Kewalin T, Howard Howell, Nadeem K. 2008. Students' Perceptions of Prosthodontics in a PBL Hybrid Curriculum. *Journal of Prosthodontics* 495–501.
- Sumaya Basudan, Najla Binanzan, and Aseel Alhassan. 2017. Depression, anxiety and stress in dental students. *Inter J Med Educ* 8:179-186.
- Syed S, Daniel Levy, Ramachandran S. Vasan, Thomas J. Wang. 2014. The Framingham Heart Study and the Epidemiology of Cardiovascular Diseases: A Historical Perspective. *The Lancet*. 2014;383(9921): 999–1008.
- Tim Penyusun Pedoman Pendidikan Fkg UB. 2017. Pedoman Pendidikan Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya Tahun Akademik 2017/2018. Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya.
- Tosevski DL, Milovancevic MP, Gajic SD. Personality and psychopathology of university students. *Curr Opin Psychiatry* 2010;23(1):48-52.
- Westerman G, Grandy T, Ocanto R., Erskine C. 1993. Perceived sources of stress in the dental school environment. *J. Dent. Educ.* 57:225–231.
- Wulan, Kartika A. 2018. Buku Panduan Skill's Lab Prostodonsia I Tahun Akademik 2017/2018. Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Brawijaya.
- Yap A., Bhole S., Teo C. 1996. Across-cultural comparison of perceived sources of stress in the dental school environment. *J. Dent. Educ.* 1996;60:459–464.